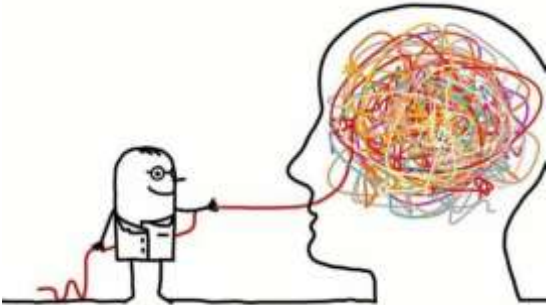




INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
"Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso"
GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, SECUNDARIA Y
MEDIA

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

Nombre completo del estudiante		Grupo	10°
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: Por qué la evolución de la sociedad en diferentes aspectos, se convierte en una crisis para el hombre de hoy?			
ÁMBITOS CONCEPTUALES	DÍA	ÁREA	
Nivel el manejo, control del cuerpo en el espacio y el tiempo, en la realización de actividad físico-recreativa	25 junio	ED. FISICA	
EXPLORACIÓN Actividades previas			
			
en tu cuaderno de educación física: 1. observa detalladamente la imagen y deduce el por qué la evolución está causando crisis al hombre, a nivel de las condiciones físico- recreativas 2. Cómo se afecta el sistema muscular, y la mecánica del movimiento al cuerpo 3. Por qué estos cambios afectan las flexibilidad y habilidades motoras combinadas			
ESTRUCTURACIÓN Actividades de construcción conceptual			
MOMENTO PARA APRENDER: Lee y analiza el siguiente concepto HABILIDADES MOTORAS COMBINADAS Habilidades motoras combinadas. Gracias a la maduración nerviosa, que permite la evolución de las capacidades coordinativas, en especial la de acople, el sujeto es capaz de unir y ejecutar en forma sucesiva dos o más acciones motoras, por ejemplo correr y saltar en forma continua MECÁNICA DEL MOVIMIENTO En física clásica movimiento mecánico es el fenómeno físico que se define como todo cambio de posición en el espacio que experimentan los cuerpos de un sistema con respecto a ellos mismos o a otro cuerpo que se toma como referencia. Todo cuerpo en movimiento describe una trayectoria MEJORAMIENTO DE EL DESARROLLO MOTOR En nuestra sociedad no debe derrocharse el tiempo libre, sino por el contrario utilizarlo de forma consciente, es por eso, que encierra tanta importancia el desarrollo de planes y las actividades para una correcta y adecuada utilización de este, por tanto se hace necesario que los períodos útiles de espacios libres vayan aumentando, se puede atribuir en la época actual, al progreso técnico, aumento del paro , envejecimiento de la población . Las horas libres de cada día, los días libres de las semanas y las vacaciones de temporada y anuales, permiten y exigen un nuevo concepto de la actividad y determina una situación favorable para la utilización del tiempo libre y de ocio en actividades físicas alternativas			
TRANSFERENCIA Actividades de aplicación			
MOMENTO PARA PRACTICAR			



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
“Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso”
GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, SECUNDARIA Y MEDIA

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

Realiza los siguientes ejercicios en casa, para el buen manejo y control de la mecánica corporal en el espacio (hacer 15 series con una duración de 3 minutos cada una)

1. aplica fuerza explosiva anaeróbica



2. Cada ejercicio debe realizarse con previo calentamiento, 15 series con una duración de 3 minutos cada una



food spring .

Superman :

Realizar con el brazo derecho y el pie izquierdo: 15 series con una duración de un minuto cada una luego con el brazo izquierdo y pie derecho. repetir las series 15 y la misma duración

food spring

EVIDENCIA EVALUATIVA

FECHA DE REVISIÓN: 9 de julio

MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO
adelxon@iefelixdebedoutmoreno.edu.co
edmodo

QUE RECIBIR
video editado de una duración máxima de 7 minutos enviar por
wsp



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
"Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso"
**GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, SECUNDARIA Y
MEDIA**

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

wsp. solo el video 348732780	el taller lo recibo por el correo o edmodo
BIBLIOGRAFIA	
google biblioteca	